

南臺科技大學 107 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	04D01303
課程中文名稱	排球(E)
課程英文名稱	Volleyball
學分數	1.0
必選修	選修
開課班級	高年級體育選修
任課教師	邱榮貞
上課教室(時間)	週三第 3 節() 週三第 4 節()
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	1 本學期課程除了延續上學期基本技巧練習外 開始組比賽 借由比賽作規則講解及裁判練習 2 加強發球技術
先修科目或預備能力	
課程學習目標與核心能力之對應	<p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 -----</p> <p>1.建立排球運動基礎觀念與體適能,瞭解運動與健康人生的關係。 ,-- ,1 建構健康生活</p> <p>2.透過排球運動,提升個人體能與運動傷害的預防,進而養成終身運動習慣。 , -- , 2 永續健康照護</p> <p>3.熟練個人基本動作與發展動作技巧,培養學生對排球運動的興趣及豐富休閒生活。 , -- , 3 休閒技能養成</p> <p>4.應用排球技能,學習挑戰自我與耐力性,認知排球運動價值健全人格發展。 , -- , 4 尊重生命價值</p> <p>5.以球會友,藉由排球運動達到人際關係的協和及良好的社會適應能力。 , -- , 5 真誠關懷社會</p> <p>6.瞭解比賽規則,進而有比賽能力,陶冶性情並能欣賞排球運動之美。 , -- , 6 運動藝術欣賞</p> <p>7.透過排球比賽的緊張與刺激性,達到抗壓能力及自我情緒管理的學習,瞭解</p>

	<p>個體與團隊之間的關係與影響。 , -- , 7 優質情緒管理</p> <p>8.培養學生從排球運動中學習並發揮團隊合作精神,能遵守規則及公平競爭精神 , -- , 8 強化團體意識</p>
中文課程大綱	<p>1_3 周</p> <p>1 複習發球技巧</p> <p>2 3 人跑動傳球練習</p> <p>3 分組比賽</p> <p>4 規則講解</p> <p>4_7 周</p> <p>1 基本隊形講解</p> <p>2 六人制排球比賽特性講解</p> <p>3 分組比賽</p> <p>4 規則講解</p> <p>5 裁判法簡介</p> <p>8_9 周</p> <p>1 期中考 對牆壁擊反彈球(每球 2 分)</p> <p>10_12 周</p> <p>1 分組比賽</p> <p>2 基本裁判手勢</p> <p>3 裁判執法練習</p> <p>4 規則講解</p> <p>13_15 周</p> <p>1 扣球基本步法</p> <p>2 扣球動作分析</p> <p>3 扣球型態介紹</p> <p>4 分組比賽</p> <p>16_17 周</p> <p>1 期末考 隔網 2 人攻擊線後對傳(每球 2 分)</p> <p>2 比賽成績(20%)</p>

	<p>18 周</p> <p>1 學科筆試</p>
英/日文課程大綱	<p>Week 1 ~ Week 3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Review on service tips 2. 3-man running pass practice 3. Games play 4. Rules introduction <p>Week 4 ~ week 7</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction of basic formation 2. Features of 6-man volleyball game 3. Games play 4. Introduction of rules of volleyball 5. Introduction of law of referee <p>Week 8 ~ week 9</p> <p>Mid-term: underhand passing with wall</p> <p>Week 10 ~ Week 12</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game play 2. Referee gestures 3. Enforcement of law of referee 4. Rules explanation <p>Week 13 ~ Week 15</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Footwork on smash 2. Analysis on spiking 3. Introduction of smashing types 4. Game play <p>Week 16 ~ Week 17</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Final test: 2-man passing behind attacking line 2. Game results <p>Week 18</p> <p>Written exam</p>
課程進度表	一 基本動作複習 (低手.高手傳球)

	<p>二 扣球(1.扣球手法介紹與練習.2.步伐.起跳)</p> <p>三 扣球(左右長攻)</p> <p>四 扣球(快攻練習) /對抗加分賽</p> <p>五 攔網(移動方法練習) /對抗加分賽</p> <p>六 攔網(伸臂方式練習)/對抗加分賽</p> <p>七 扣球與攔網(扣球與攔網練習) /對抗加分賽</p> <p>八 期中測驗(分組跑動傳球 or 發球)</p> <p>九 期中測驗(分組跑動傳球 or 發球)</p> <p>十 進攻隊型介紹(進攻隊型介紹與練習)</p> <p>十一 進攻與防守(進攻與防守練習)</p> <p>十二 比賽(1.分組比賽 2.團隊練習)</p> <p>十三 比賽(1.分組比賽 2.團隊練習)</p> <p>十四 比賽(分組比賽)</p> <p>十五 比賽(分組比賽)</p> <p>十六 期末測驗(分組比賽成績)</p> <p>十七 期末測驗(分組比賽成績)</p> <p>十八 筆試測驗(比賽規則)</p>
<p>教學方式與評量 方法</p>	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>建立排球運動基礎觀念與體適能，瞭解運動與健康人生的關係。 ， 課堂講授，日常表現</p> <p>透過排球運動,提升個人體能與運動傷害的預防,進而養成終身運動習慣。 ， 課堂講授實作演練，日常表現</p> <p>熟練個人基本動作與發展動作技巧,培養學生對排球運動的興趣及豐富休閒生活。 ， 課堂講授實作演練，日常表現實作</p> <p>應用排球技能,學習挑戰自我與耐力性,認知排球運動價值健全人格發展。 ， 課堂講授實作演練，日常表現</p> <p>以球會友,藉由排球運動達到人際關係的協和及良好的社會適應能力。 ， 課堂講授實作演練，日常表現</p> <p>瞭解比賽規則,進而有比賽能力,陶冶性情並能欣賞排球運動之美。 ， 課堂講授實作演練，日常表現</p> <p>透過排球比賽的緊張與刺激性,達到抗壓能力及自我情緒管理的學習,瞭解個體與團隊之間的關係與影響。 ， 課堂講授實作演練，日常表現實作</p> <p>培養學生從排球運動中學習並發揮團隊合作精神,能遵守規則及公平競爭精神， 課堂講授實作演練，日常表現筆試</p>
<p>指定用書</p>	<p>書名：</p> <p>作者：</p> <p>書局：</p> <p>年份：</p> <p>ISBN：</p>

	版本：
參考書籍	1. 排球相關課程書籍及資料 2. 最新國際排球規則
教學軟體	1.可上網查詢比賽規則(中華民國排球協會.國際排球協會) 2.網路教學(flip 數位學習) 3.知識分享平台
課程規範	1.期中術科測驗/報告佔學期成績 20%。 2.期末術科測驗/報告佔學期成績 20%。 3.筆試測佔學期成績 15%。 4.競賽報告佔學期成績 10% 5.平時分數佔學期成績 35%，平時分數計算方式：每人基本分數 80 分。 A.加分方式：a.上課學習態度、運動精神、服務、其他等。 b.上課競賽加分。 c.整學期上課全勤者。 B.扣分方式：a.缺席課程者：(1 次未到課扣平時成績 5 分,2 次扣 10 分,3 次扣 20 分,4 次扣 40 分,5 次扣 80 分,5 次以上扣 100 分。) b.未穿著服運動服.運動褲.運動鞋.運動襪，每次扣 5 分。 6.請穿著運動服、運動褲、運動鞋、運動襪上課，嚴禁穿著牛仔褲系列上課。 7.上課請勿遲到，不無故缺席。 8.請遵守上課規定。 9.注意運動安全與避免運動傷害。 10.如有重大或慢性疾病，請事先告知教師。